

# H3RO

2 Octombrie 2020

**Sedinta Tehnica**

# Agenda



- 
- Juriul Competitei
  - Programul
  - Check-in si Proceduri de Start
  - Concursul
  - Prognoza meteo



# Juriul Competitiei

---



- **Vlad Stoica**, Presedinte FRTRI
- **Zoltan Zoldi**, Delegat Tehnic
- **Ovidiu Burghelea**, Secretar General FRTRI



# Programul

---



## Vineri

15:00 – 20:00

Impartirea kit-urilor de participare

19:00 - 19:30

Sesiune de intrebari si raspunsuri pe pagina de facebook a competitiei

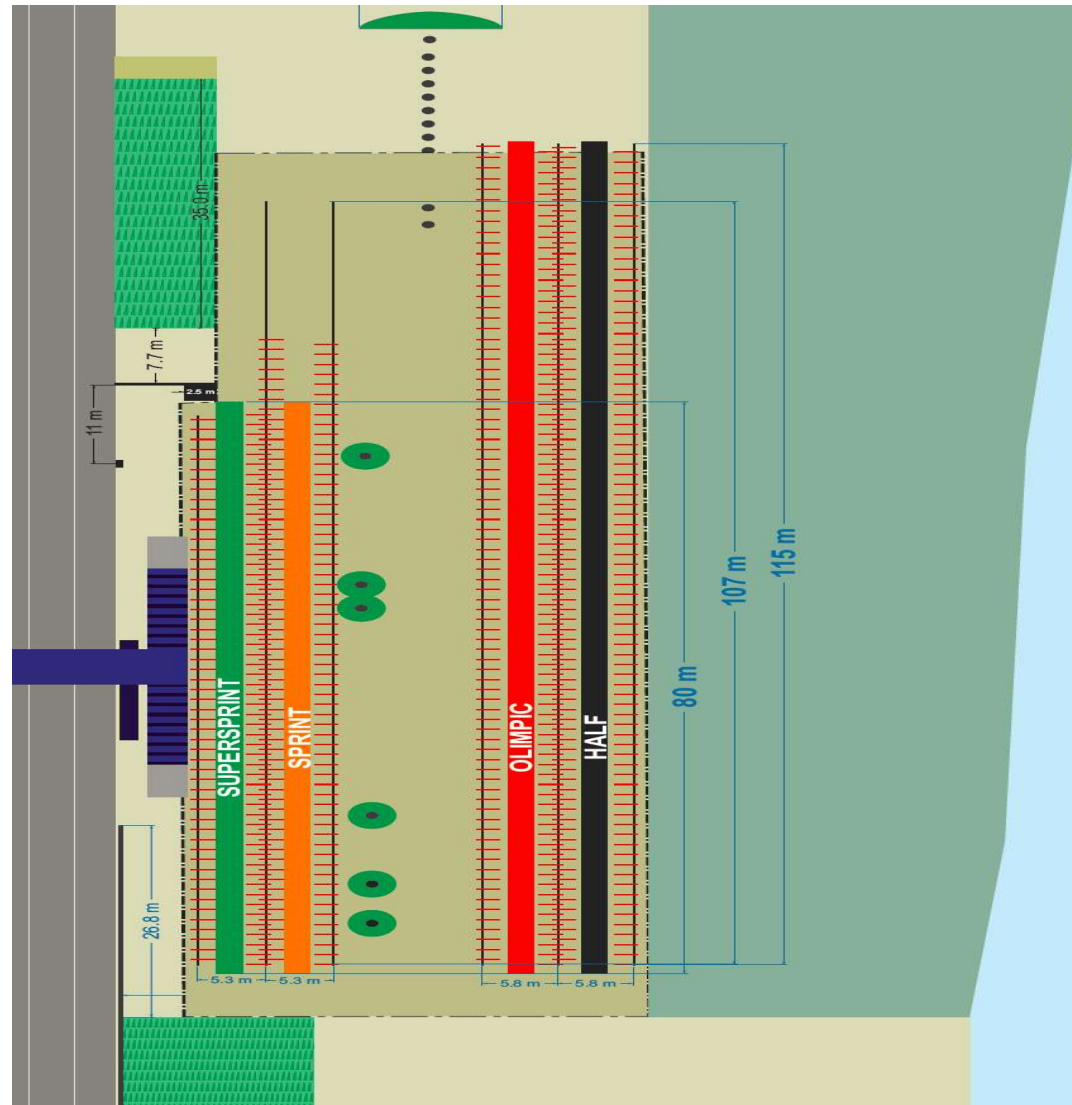


---

## **Sambata**

07:00 – 07:40	Predare Kit-uri (doar pentru CN Middle Distance (Half))
07:00 – 08:30	Check-in Tranzitie
09:00	Start proba SuperSprint
09:10	Start proba Sprint
09:45	Start proba Standard (Olimpic)
10:45	Start proba Middle (Half)
16:00	CUTOFF Time: Inot+Ciclism proba Middle

# Check-in



# Check-in



- Check-in posibil doar cu masca de protectie purtata corect si dupa trecerea de filtrul de verificare al temperaturii;
- In zona de asteptare pentru intrarea in tranzit se vor respecta masurile de distantare fizica si se va purta in mod obligatoriu masca de protectie;
- Masca de protectie, este obligatorie pe toata durata sederii in zona de tranzit, in afara duratei concursului;
- Durata sederii in tranzit va fi limitata la minimum posibil;



# Check-in



- Lucrurile personale vor fi depozitate in cutia cu numarul de concurs alocat;
- Pentru distanta standard se admit biciclete de sosea si biciclete TT, conform regulamentului ITU;
- Pentru distanta sprint si supersprint sunt admise doar biciclete de sosea, bicicletele TT sunt interzise conform regulamentului ITU;
- Intrarea in tranzit va fi permisa doar cu casca de ciclism pe cap si securizata corespunzator;
- Dupa asezarea bicicletei pe rastel la numarul de concurs corespunzator, casca cu bretelele desfacute va fi asezata pe ghidonul bicicletei;





# Check-in



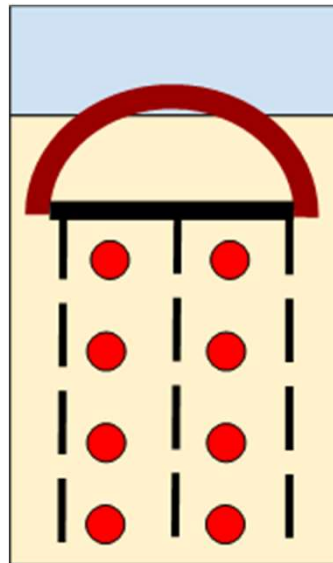
- In T1, bicicleta se va aseza pe rastel cu roata spate iar in T2 cu roata fata sau spate;
- Pantofii de bicicleta pot fi fixati de pedala sau se vor aseza in cutie sau in fata cutiei;
- Pantofii de alergare se vor aseza in cutie sau in fata cutiei;
- Din motive de preventie, nu vor exista corturi care sa fie folosite ca garderobe. Bagaje in exces care nu pot fi depozitate in cutie nu sunt permise;
- Tranzitul se paraseste in partea opusa intrarii;



# Procedura Pre-start

## Alinierea la Start:

- Procedura de start va fi de tipul Rolling-Start, cu startul a cate doi atleti la fiecare 3 secunde. Pentru aceasta, este necesara parcurgerea procedurii de Pre-Start, asa cum este prezentata in continuare;



# Procedura Pre-start



---

## Alinierea la Start:

- Din momentul alinierii, atletii vor purta pe cap castile de inot (pt proba Middle(Half) pe cele din kit) si masca de protectie;
- Ordinea alinierii la start este conform programului anuntat;
- Cu 10 minute inainte de start, sportivii se vor alinia pentru START pe cele doua culoare marcate;
- Se va pastra distanta de 1,5 m fata de atletul din fata;
- Masca de protectie va fi luata de pe fata si aruncata doar la cosul de gunoi cand atletul se afla la o distanta de max.20m de linia de start;



# Procedura de START



- 
- Timpul de concurs vor fi timpul real, calculat din momentul in care atletul a trecut peste covorul de cronometraj;
  - Din motive de acuratete de cronometraj, covorul de cronometraj se afla la aproxim. 10m dupa linia de start;



# Conduita la inot



---

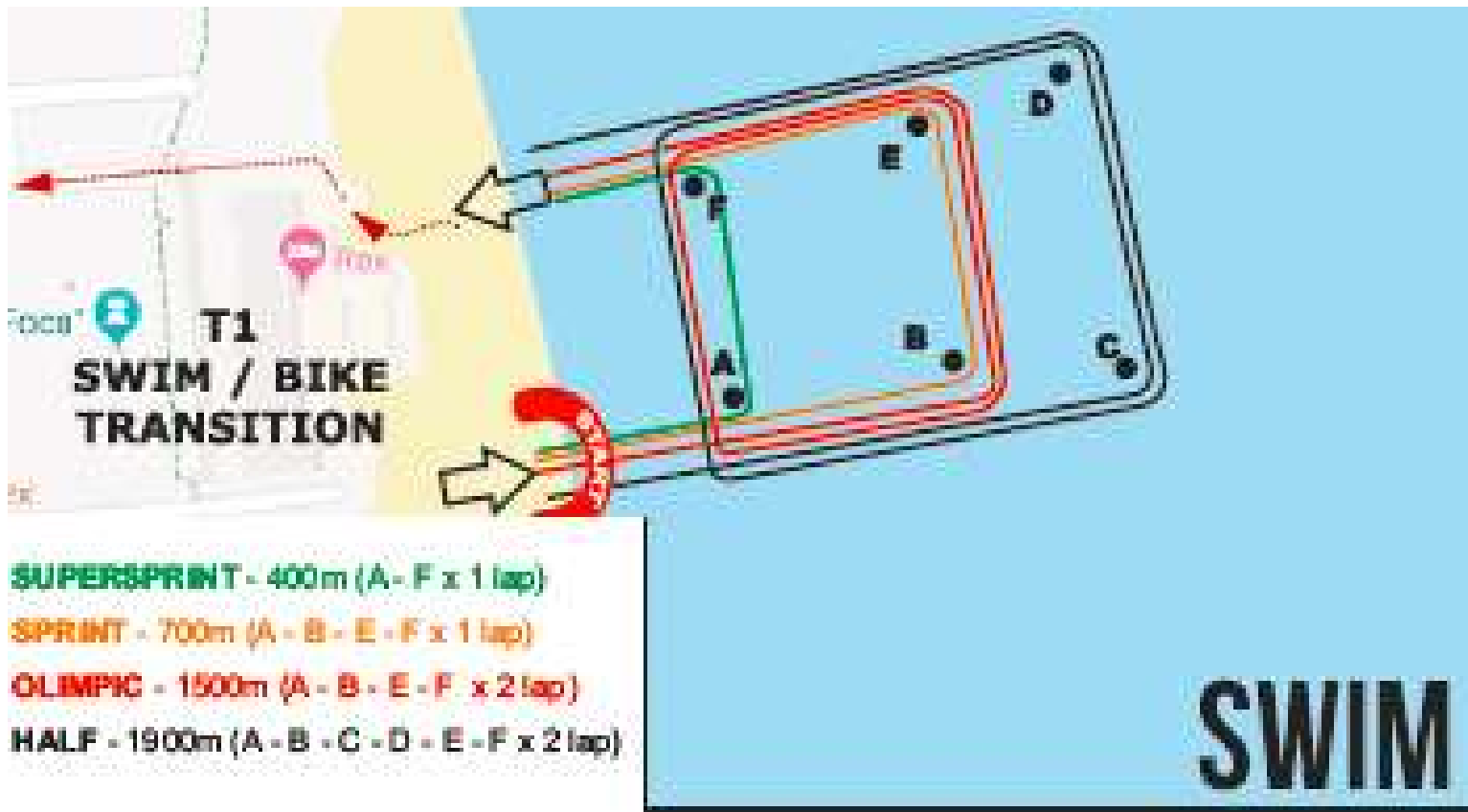
## Se vor respecta articolele ITU CR § 4.1.

- Oficialii Tehnici prezenti in ambarcatiuni vor observa conduita atletilor pe parcursul probei de inot si vor lua masurile corespunzator regulilor de mai sus;



# Competitia

## Inot



The image shows a map of a swimming course. On the left, a transition area is marked with a blue pin and labeled "T1 SWIM / BIKE TRANSITION". A red dashed line with arrows indicates the route from the transition area to the start of the swimming course. The swimming course is a rectangular loop with six buoys labeled A, B, C, D, E, and F. A red curved arrow indicates a clockwise direction. Below the map, a white box lists the distances for different race formats:

- SUPERSPRINT** - 400m (A - F x 1 lap)
- SPRINT** - 700m (A - B - E - F x 1 lap)
- OLIMPIC** - 1500m (A - B - E - F x 2 lap)
- HALF** - 1900m (A - B - C - D - E - F x 2 lap)

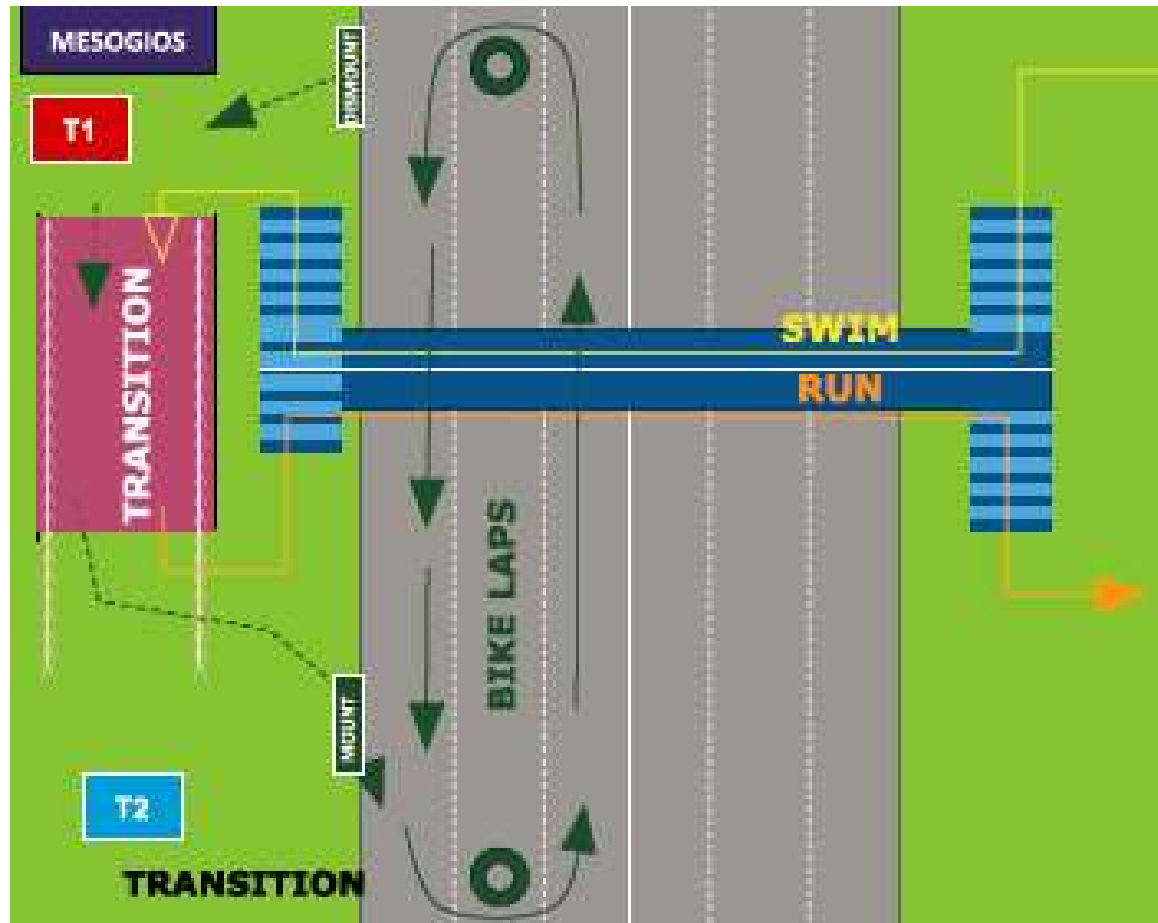
The word "SWIM" is written in large, bold, black letters in the bottom right corner of the map area.

# Proba de inot



- Decizia pentru permiterea folosirii wetsuit se va lua cu 1 ora inainte de fiecare start si va fi comunicata prin afisaj la linia de start si prin anunturi publice;

# Zona de tranzitie



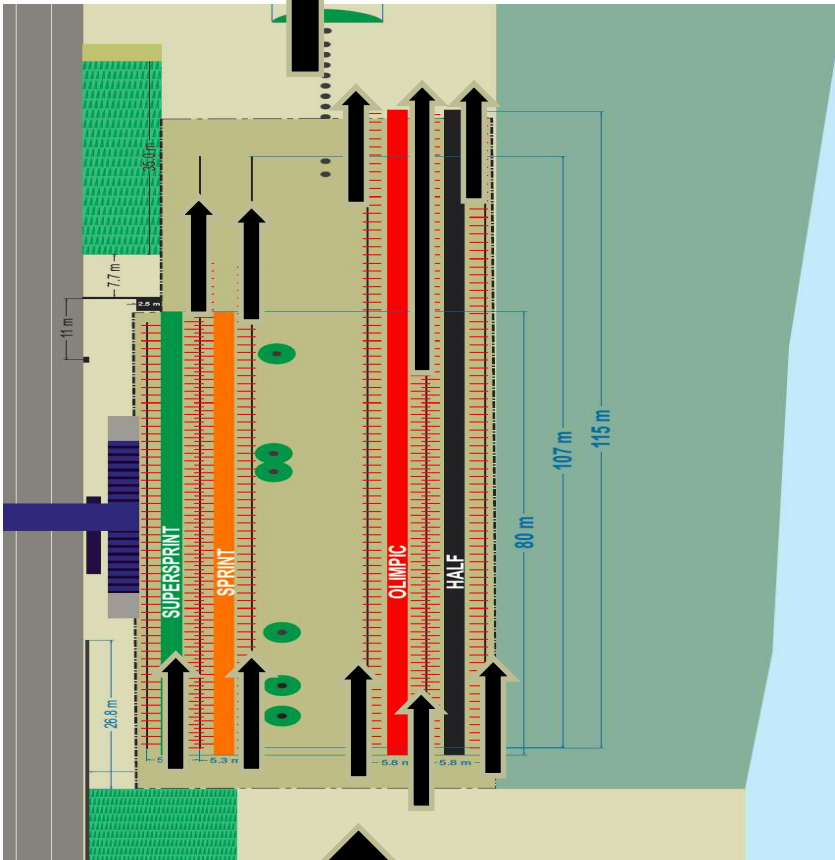


# Zona de tranzitie



- Dupa proba de inot, casca de inot, ochelarii si eventual wetsuit se vor lasa in T1 doar in cutia pusa la dispozitie.
- Orice obiect personal de la proba de inot aruncat in afara cutiei constituie motiv de penalizare;

# Circulatia in Tranzit



# Penalizari Tranzit

## T1



## Traseu bicicleta



Penalizare Penalty  
Box



Fara  
penalizare

Moutline

Moutline

# Competitia



---

## Bicicleta

**Supersprint – 10km – 1 Lap**

**Sprint – 20km – 2 Laps**

**Standard (Olimpic) – 40km – 4 Laps**

**Middle distance (Half) – 90km – 9 Laps**



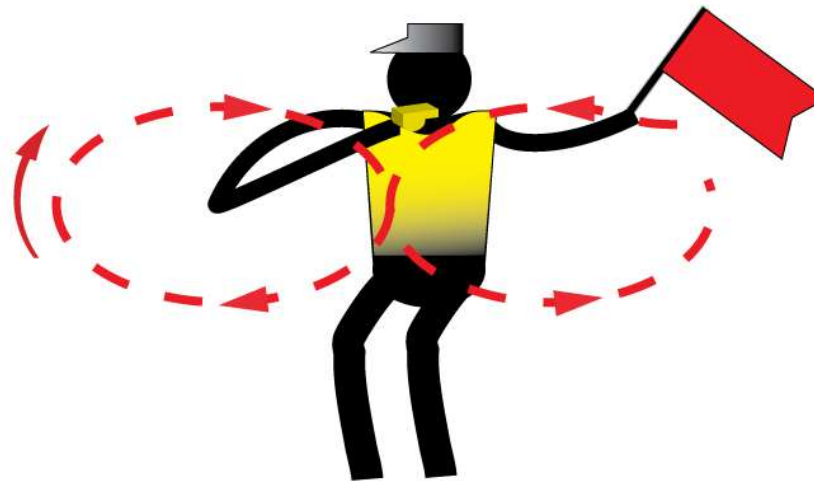
# Competitia

## Bicicleta



# Atentie - PERICOL

Semnal de avertizare: trei sunete scurte de fluier si steag rosu (mana) agitat pe directie orizontala

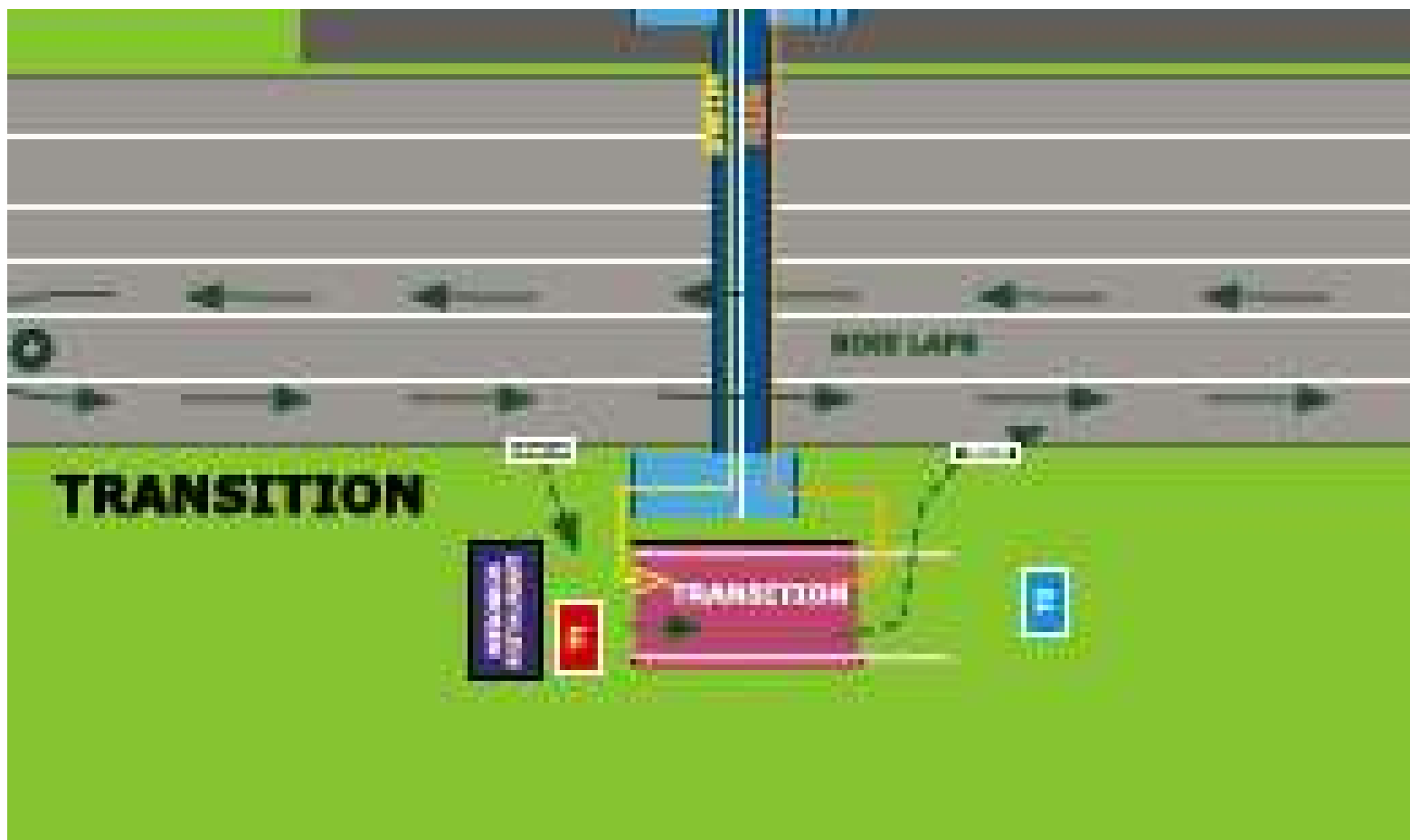


# Zona de tranzitie



- Dupa proba de bicicleta, bicicleta se agata de rastel iar casca, ochelarii si eventual alte lucruri se vor lasa in T2 doar in cutia pusa la dispozitie.
- Pantofii de bicicleta pot fi lasati in afara cutiei.
- Orice alt obiect personal de la proba de bicicleta aruncat in afara cutiei constituie motiv de penalizare;

# Circulatia in T2





# Penalizari tranzit

## Traseu bicicleta



Dismountline

# T2



Penalizare  
penalty box



Dismountline



No Penalty

# Traseu alergare

---



**Supersprint – 2,5km – 1 Lap**

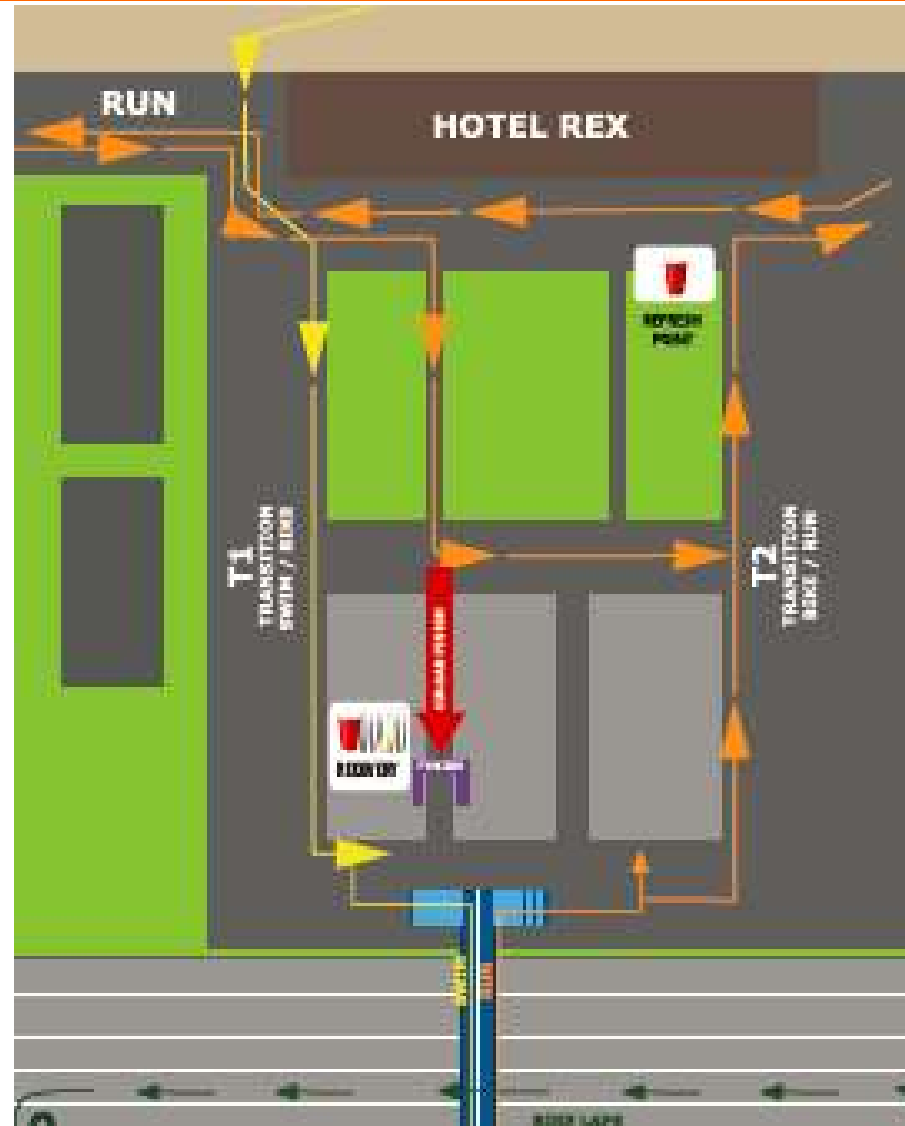
**Sprint – 5km – 2 Laps**

**Standard (Olimpic) – 10km – 4 Laps**

**Middle distance (Half) – 20km – 8 Laps**



# Traseu alergare



# Traseu alergare



# Traseu alergare



# Traseu alergare



## Penalty box

Se afla pe traseul de alergare, la aproxim 200m inainte de intrarea in Finish.

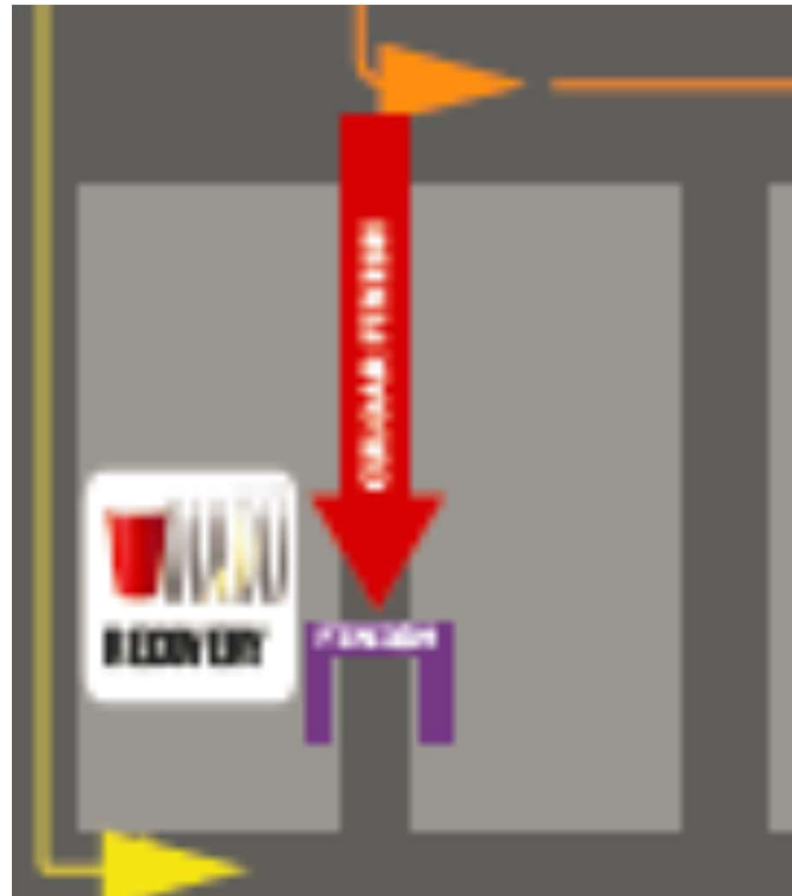
Atletul care isi vede numarul de concurs urmat de o litera afisat pe tabel, va trebui sa se opreasca in penalty box si sa serveasca penalizarea indicata de catre oficialul tehnic responsabil.

Omiterea opririi in penalty box pentru servirea penalizarii dictate se sanctioneaza cu descalificare.

Oficialii tehnici nu vor avertiza nici un atlet ca trebuie sa serveasca o penalizare, este responsabilitatea exclusiva a atletilor sa urmareasca afisajul din penalty box si sa se conformeze regulamentului ITU.



# Traseu alergare



# Vremea probabila

---

## Temperatura

**Sambata**

**Ora 09:00**

20°C

**Ora 10:00**

21°C

**Ora 10:45**

22°C





# Succes!